

“белой” эмульсии и “желтого” раствора, их влияние на различные системы организма и рекомендации по их применению, разработанные доктором Залмановым, а также методики применения скипидарных ванн, апробированные в ЦНИИ курортологии и физиотерапии в последующие годы, уточнены показания и противопоказания их применения.

DOCTOR A.S. ZALMANOV AND HIS TURPENTINE BATHS

Dovganyuk A.P.

Russian Medical Academy of Postgraduate Education, Moscow

Key words: *A.S. Zalmanov, capillarotherapy, hydro-balneotherapy, turpentine baths, indications, contraindications*

The life and activities of A.S. Zalmanov, an outstanding Russian scientist and physician, are briefly outlined. Zalmanov is described as

a pioneer of capillarotherapy based on the use of turpentine baths for the achievement of high therapeutic effect during the treatment of the patients presenting with various chronic diseases. The turpentine bath technology makes use of the natural pine essential oils and terpenes that effectively penetrate into the surface skin layers where they exert non-specific irritating effect, induce the release of active biological substances, stimulate functioning of capillaries, and thereby increase resistance of the body to the action adverse environmental factors. The methods for the preparation of turpentine baths using “white” emulsions and “yellow” solutions and their influence on different systems of the body are described. Recommendations are proposed for the application of such baths under practical clinical conditions based on A.S. Zalmanov’s methods and on the relevant experience gained at the Central Institute of Balneotherapeutics and Physiotherapy in the subsequent years. Indications and contraindications for the use of turpentine baths are discussed.

© Г. А. ЕРОХИНА, 2012

УДК 615.83.03:616-053.9

Особенности физиотерапии в комплексном лечении больных пожилого возраста

Г. А. Ерохина

ГБОУ ДПО Российская медицинская академия последипломного образования Минздравсоцразвития России, Москва

Известно, что возраст определяет стиль жизни, но, в свою очередь, и стиль жизни определяет возраст.
Ж. Лабрюйер

Основная цель геронтологии состоит в том, чтобы предоставить человеку возможность дожить до физиологической старости и обеспечить ему активное творческое долголетие посредством использования всех средств и методов предупреждения преждевременного старения. Поиск и разработка эффективных методов лекарственной терапии и физиотерапии, а также физиопрофилактики является основным в решении этой проблемы.

Старение – это универсальный процесс структурных изменений тканей, протекающий на субклеточном, клеточном, органном и системном уровнях. В результате физиологического и патологического процессов старения органов и тканей реакция организма на действие лекарственных средств значительно меняется. Поэтому в пожилом возрасте многие лекарства либо абсолютно противопоказаны, либо их следует применять с осторожностью, так как возможны возникновение парадоксальных реакций на их прием и интоксикация. Помощником в преодолении медикаментозных осложнений является физиотерапия – высокоэффективная технология восстановления и сохранения здоровья естественными природными воздействиями. Включение ме-

тодов физиотерапии в лечебный процесс повышает эффективность и качество лечения, удлиняет период ремиссии заболевания. Системное влияние физиотерапии на организм стимулирует его адаптационно-компенсаторные механизмы, что придает данной технологии особую ценность в гериатрической практике.

Применение физиотерапевтических методов в геронтологии показано в связи с рядом свойственных им особенностей:

- участие в восстановлении гомеостаза за счет физиологических реакций, возникающих в организме как ответ на действие физических факторов при одновременном включении местных, сегментарных и центральных механизмов регуляции (коррекции) патологических процессов;
- “тренирующее” воздействие на адаптационные системы организма и обеспечение тем самым устойчивости пожилых и старых людей к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- существенное удлинение периода ремиссии хронических заболеваний;
- целенаправленное нормализующее влияние на биоритмы различных систем организма;
- влияние на иммунную систему организма, предусматривающее включение физических факторов как аналогов иммуномодуляторов в лечебные и профилактические программы пожилого контингента больных;

Информация для контакта: *Ерохина Галина Анисимовна* – доц. каф. физиотерапии, канд. мед. наук, т. (495) 670-27-96.

– возможность лечения больных в домашних условиях с использованием специально разработанных для этих целей портативных физиотерапевтических аппаратов, что освобождает пожилого человека от поездок в поликлинику или дневной стационар.

Физические воздействия следует назначать в соответствии с состоянием организма пациентов старшего возраста, что будет способствовать успеху проводимой терапии. Малые дозы физической энергии способны стимулировать собственные защитные силы организма, оказывая при этом регулирующее влияние на метаболизм и функции организма, вызывать тренирующее и гомеостатическое действие, проявлять специфическое действие на различных уровнях жизнедеятельности. Использование физических факторов в больших дозировках сопровождается чаще неспецифическими (например, тепловыми) эффектами и может привести к стрессовым реакциям или даже вызывать различные повреждения, что не дает возможности активно использовать их в гериатрии.

Обычно в лечении пожилых больных используют комплекс физических факторов, содержащий не более двух-трех физиотерапевтических процедур, причем только одна из них может быть общей. Необоснованное включение в лечебный комплекс большого количества методов физиотерапии может вызвать обострение заболевания или формирование патологической реакции. При использовании физических факторов необходимо придерживаться принципа динамизма. На протяжении курса лечения врач должен наблюдать течение патологического процесса, учитывать при этом возможность вторичной резистентности, уточнять диагноз, выявлять сопутствующие заболевания, анализировать результаты консультаций других специалистов. Необходимо изменять параметры воздействия того или иного физического фактора, учитывая быструю адаптацию организма к внешним раздражителям и его ответную реакцию.

При проведении электропроцедур не следует допускать превышения предельно допустимой плотности тока при гальванизации и лекарственном электрофорезе, что может привести к ожогам и стойким трофическим расстройствам кожи. В то же время при правильно выбранных параметрах эти методы лечения у данного контингента больных наиболее эффективны. Следует несколько ограничить время воздействия при проведении дарсонвализации и использовании токов надтональной частоты, чтобы не вызвать усиления сухости кожи. Термические раздражители у пожилых и старых людей вызывают весьма слабые и замедленные компенсаторные реакции капилляров кожи. Часто они являются неадекватными и даже парадоксальными, и в ответ на действие теплового раздражителя наблюдается не расширение, а сужение периферической сосудистой сети, сопровождающееся в ряде случаев повышением артериального давления.

Существенной особенностью у лиц пожилого и старческого возраста является повышение чувствительности к ультрафиолетовому облучению, что, по видимому, связано с гормональными перестройками в организме. Как правило, пациенты хорошо переносят лечение переменным низкочастотным магнит-

ным полем (ПеМП), ультразвуком и ультрафонофорезом, местное применение дециметроволновой и сантиметроволновой терапии, процедур УВЧ, диадинамические и синусоидальные модулированные токи (СМТ). Пожилым больным назначают крайне высокочастотную терапию, гелиотерапию, нормобарическую гипокситерапию, локальную криотерапию, аутотрансфузию облученной ультрафиолетом крови, лазеротерапию, в том числе внутривенное и надвенное лазерное облучение крови.

Противопоказания для физиотерапии общие, связанные с выраженными органическими изменениями сердечно-сосудистой, эндокринной систем, психозы с явлениями психомоторного возбуждения, нарушение координации движений, вестибулярные расстройства, злокачественные новообразования. Возраст практически не является противопоказанием для проведения местных ненагруженных физиотерапевтических процедур.

Следует остановиться на некоторых нозологических формах заболеваний. При ишемической болезни сердца физические факторы назначают в зависимости от функционального класса (ФК) ИБС (канадская классификация) и при стабильной форме стенокардии. Процедуры физио- и бальнеотерапии общего характера действия проводят больным со стенокардией I–II ФК, реже – III ФК. Лазеротерапию используют при стенокардии I–IV ФК. Для данной категории больных применяют электрофорез лекарственных веществ, назначают процедуры электросна, мезодиэнцефальной модуляции, а также СМТ и ПеМП.

Для улучшения сосудистого тонуса пациентам пожилого возраста назначают циркулярный и дождевой душ, контрастные ванны. Широко применяют бальнеотерапию больным со стенокардией I–II ФК. При этом используют углекислые, минеральные ванны, “сухие” углекислые ванны, йодобромные, кислородные, радоновые ванны, которые проводят 3 раза в неделю, не более 8–10 процедур на курс лечения. Пациентам с III ФК назначают 2- или 4-камерные ванны. Методики физиобальнеолечения можно эффективно применять на всех этапах специализированной кардиологической помощи (стационары, отделения реабилитации, санатории) при соблюдении тщательного контроля. Лекарственный электрофорез и переменное низкочастотное магнитное поле рекомендуют использовать спустя 20–30 дней (в зависимости от тяжести заболевания) после перенесенного инфаркта миокарда.

Основной принцип лечения пожилых людей с переломами костей заключается в сокращении до минимума времени пребывания в постели таких больных, поскольку у них быстро развиваются застойные явления в легких, осложняющиеся пневмонией, нарушается общий обмен, появляется мышечная атрофия. В связи с этим рекомендуется начинать физиотерапию со 2–3-го дня после перенесенной травмы. Эффективно использование процедур ПеМП, электрофореза обезболивающих препаратов, а также кальция и фосфора на фоне общего ультрафиолетового облучения по замедленной схеме. При заболеваниях суставов практи-

чески показаны те же факторы, включая лазеро- и криотерапию.

Пациентам пожилого возраста с успехом применяют ароматерапию, фитотерапию, гипокситерапию, апитерапию, гирудотерапию.

Аэрофитотерапия является актуальным методом для лиц пожилого возраста и оказывает на организм многофакторное воздействие. Используют специальные комбинации эфирных масел. Седативный эффект может быть получен при использовании масел апельсина, герани душистой, лимона, мандарина, розы, ромашки, цикламена, лаванды, шалфея, аниса. Тонизирующее действие оказывают эфирные масла гвоздики, жасмина, ириса, лаванды, лавра благородного, полыни, розмарина, рябины, смородины, шалфея. Адаптогенное действие оказывают преимущественно эфирные масла мяты и чеснока; спазмолитический эффект получают при применении мятного, анисового и фенхелевого масел; гипотензивным действием наиболее отчетливо обладают масла мяты, шалфея, лаванды; бактерицидное (включая противовоспалительное) действие в большей степени проявляется у шалфейного, мятного, лавандового, эвкалиптового, фенхелевого, пихтового масел.

Аэрофитотерапевтические процедуры проводят в лечебных учреждениях в определенных помещениях. Для насыщения помещения летучими компонентами эфирных масел используют аппарат АГЭД-01 (ЗАО "АЭРОМЕД") и ультразвуковой ингалятор ИН-7 (фирма "АЛЬБЕДО", Россия).

Таким образом, комплексное использование физиобальнеотерапии и традиционных методов лечения дает хороший результат в профилактике заболеваний, замедлении процессов старения и увеличении не только продолжительности жизни, но и творческого долголетия. К этому должна стремиться наша медицина.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Руководство по геронтологии / Под ред. В. Н. Шабалина. – М., 2005.
2. Физиотерапия и курортология / Под ред. В. М. Боголюбова. – Кн. 3. – М., 2009.

Поступила 16.11.11

РЕЗЮМЕ

Ключевые слова: *геронтология, физиотерапия, бальнеотерапия, электрофорез, магнитотерапия, импульсные токи, лазеротерапия*

В работе показаны некоторые принципы и особенности применения методов аппаратной физиотерапии у лиц пожилого и старческого возраста. Дано обоснование преимущественного использования преформированных физических факторов, в механизме действия которых тепловой фактор не играет ведущей роли или практически отсутствует. Отражены некоторые моменты локального и системного действия физических факторов на организм пациентов пожилого и старческого возраста.

В то же время включение методов физиотерапии в лечебный процесс повышает эффективность и качество лечения данной категории пациентов, удлиняет период ремиссии заболевания. Комплексное использование методов физио- и бальнеотерапии в комбинации с традиционной лекарственной терапией дает хороший результат в профилактике заболеваний, замедлении процессов старения, позволяет увеличить не только продолжительность жизни, но и творческое долголетие.

PECULIARITIES OF PHYSIOTHERAPY AS A COMPONENT OF THE COMBINED TREATMENT OF AGED PATIENTS

Erokhina G.A.

State budgetary educational institution of continuous professional education "Russian Medical Academy of Postgraduate Education", Russian Ministry of Health and Social Development; Moscow

Key words: *gerontology, physiotherapy, balneotherapy, electrophoresis, magnetic therapy, pulsed currents, laser therapy*

The main principles and peculiar features of the practical application of instrumental physiotherapeutic techniques are considered with special reference to the treatment of aged and elderly subjects. The rationale is proposed for the preferential use of preformed physical factors in whose mechanisms of action the thermal component plays either a negligible role or none at all. Certain specific features of the local or systemic action of physical factors on the organism of aged or elderly patients are discussed. It is emphasized that the introduction of physiotherapeutic methods and procedures in the combined treatment of such patients improves both its efficacy and quality; moreover, it prolongs the duration of the remission period. It is shown that the combination of physio- and balneotherapeutic modalities with traditional medicament therapy gives marked positive effect in prophylaxis of certain diseases, slows down the process of ageing, and makes it possible to increase not only life expectancy but also the period of creative activity.